FALL 1990

eniors

A quarterly newspaper from the Ontario Advisory Council on Senior Citizens

Circulation 1,177,376

Elaine Ziemba: new Seniors' Minister

Long-term care reform moves ahead

Long-term care reform has moved a stage further with the appointment of 14 Community Support Services managers to establish offices across the province. The managers will work with community groups, municipalities and service providers to implement the reform of long-term care services for older adults and people with physical disabilities. They bring to their new positions a broad range of experience and understanding in

The appointments are: Jack Harmer, Barrie area; Karen Robinson, Hamilton area; Catherine Dunne, Kingston area; Gail Ure, London area; Brenda Elias, Mississauga area; Ron Book, Niagara area; Michel Tremblay, North Bay area; Pierre Lalonde, Ottawa area; Dennis Ferenc, Peterborough area; Maureen Lacroix, Sudbury area; Michael (Mick) Peters, Thunder Bay area; Lianne Carnwath, Toronto area; Douglas Jackson, Waterloo area, and Kathryn Oper, Windsor area.

The immediate task of the new managers will be to work with Ministry of Community and Social Services area offices, district health councils, municipalities, health and social service providers and organizations, as well as related professional and consumer groups, to co-ordinate the community consultation and local planning process related to implementation of reform. These consultations were scheduled to begin later this fall. Seniors are encouraged to

The reform plan will include the development of new and expanded community-based services to support organizations for the independent living of older people and those with physical disabilities. The changes will also promote greater integration and coordination of health and social services at the local level. By 1996-97, additional provincial expenditures will total \$460 million annually.



The Honourable Elaine Ziemba

The Ontario Advisory Council on Senior Citizens now reports to the Ontario Government through the Honourable Elaine Ziemba, M.P.P.

On October 1, 1990, Ms. Ziemba was sworn into Premier Bob Rae's new Cabinet as Minister of Citizenship with responsibility for Human Rights, Disabled Persons, Seniors and Race Relations.

Before her election to the Ontario legislature in September, Ms. Ziemba was Executive Director of Meals on Wheels on St. Clair Avenue West, Toronto. She also served as president of Social Services for Seniors, a Metro Toronto federation of community-based seniors' agencies. Ms. Ziemba, 48, has been a member of Pollution Probe and Greenpeace. She was born in Toronto and has two children.

S.R.O. at Seniors' Jubilee Concerts





Vi Ford (left) sings to a packed Roy Thomson Hall at the McDonalds Seniors' Jubilee Concerts; (right) audience enjoys a warm-up dance in the lobby (story on page 3).

There's still time to beat the bug

If you haven't had a flu shot yet this fall, tor of health policy at the OMA. there's still time.

It's best to start thinking about vaccination in September, and the longer you wait, the greater the risk of contracting the flu virus. However, if you've managed to escape until now, according to the Ontario Medical Association (OMA), you might still save yourself some of the misery that influenza can bring. Ask your physician's advice.

"I cannot stress enough the importance of being vaccinated against the flu every year," said Dr. Ted Boadway, direc-

"Everyone should consider getting a flu shot, but special attention must be paid to people who are in high-risk categories of suffering serious health problems as a result of contracting the flu.'

Those in the high-risk groups include people over 65 years of age, those suffering heart conditions, chronic lung conditions such as emphysema, asthma, or bronchitis, diseases such as diabetes, cancer, anemia, or renal or sickle-cell disease, as well as those with immunodeficiency or suppression.

What does green really mean?

One of the most "environmentallyfriendly" actions Ontario consumers can take is to find out what that term really means, experts say.

What are "green" products? Is that expensive "natural" cleaning powder the best environmental choice or would it make more sense all round to use baking soda? For that matter, is the expensive cleanser really nothing more than baking soda? What's organic? Is recyclable better than reusable; cotton better than synthetics?

These are all questions that consumers, business and government have to answer together as environmental conservation shapes up as the issue of the nineties, say representatives of the Ministry of Consumer and Commercial Relations (MCCR).

The seemingly harmless term, environmentally friendly, gets a varied response from some specialists in the field. There are, they say, few products that are actually beneficial to the environment as the friendly buzz-word implies. "Environmentally neutral" or "environmentally less harmful" are better received. That latter term may not win any marketing awards, but environmentalists agree it is generally the most accurate description.

"Shoppers have to look beyond healthy-sounding product names, dreamed up by marketing departments, for explanations of why a particular item is better for the environment than others," says Carolyn Lentz, MCCR's consumer education specialist.

"They can use purchasing power to persuade manufacturers and retailers to act responsibly by providing adequate information about their products. And government can help by establishing guidelines, encouraging disclosure and passing laws if necessary."

This is already taking place in some fields.

National standards are currently being developed for a number of consumer products through the Environmental Choice program, established by Environment Canada.



Advertising of environmentally friendly products can be difficult to understand.

The program is designed to help shoppers identify products considered "good environmental choices" through the use of a certification logo called the Ecologo. The symbol consists of three birds nestled together in the shape of a maple leaf.

"Any product which is made, used or disposed of in a way that causes significantly less harm to the environment than other similar products could be considered a good environmental choice," program representatives say. "A brief statement of the reason a product has been certified will accompany the Ecologo on the package label."

With the assistance of the Canadian Standards Association (CSA) and input from industry and the public, the program board makes recommendations to the Minister of the Environment about criteria for certification of products within certain categories.

Since the Environmental Choice program started about two years ago, criteria have been established for 14 types of products. They include rerefined lubricating oil, construction materials made from wood-based cellulose fibre, products made from recycled plastic and zinc-air batteries. Also included are low-pollution water-based paint, reduced pollution solvent-based paint, ethanol blended gasoline, fine paper, newsprint and miscellaneous products from recycled paper, cloth dia-

pers, home ventilators using heat recovery, composting systems—specifically for residential waste, and reusable shopping bags..

Information about the program is available from Environmental Choice, 107 Sparks Street, 2nd Floor, Ottawa, Ontario K1A 0H3.

Stay Safe

Council for the Disabled (CRCD), a federation of more than 80 non-profit organizations, reminds older adults, especially those with disabilities, to be aware of potential home hazards. To prevent accidents and emergencies, consider the suggestions here and on the following pages. These tips are taken from a CRCD home safety pamphlet, STAY SAFE, produced with the help of sponsors Norcen Energy Resources Ltd. and Superior Propane Inc. For more information write to CRCD at 45 Sheppard Ave. East, Suite 801, Toronto, Ontario M2N 5W9.

Kitchen

The kitchen is potentially the most hazardous area in the home.

- ☐ When buying small appliances, check that they have an automatic shutoff and are lightweight.
- ☐ Keep utensils that are in regular use, such as a kettle, close by the electrical outlet.
- ☐ Avoid storing items in hard-toreach cupboards, so you don't have to climb or stretch to get them down.
- ☐ Arrange cooking and eating areas so you can move about as freely as possible.
- ☐ Always use a splatter guard when frying and never wear clothes with loose sleeves, scarves or ties when cooking.
- ☐ Remember that steam can cause severe burns.
- ☐ Think about getting an easy-touse microwave or toaster oven rather than a conventional model.

Especially Seniors

Published quarterly by the Ontario Advisory Council on Senior Citizens, Suite 203, 700 Bay Street, Toronto, Ontario, Canada M5G 1Z6

Co-ordinating Editor: Felicity Corelli
Date of issue: October/November 1990

Second-class postage paid at Barrie, Ont., under Permit No. 4357.

MEMBERS OF THE ONTARIO ADVISORY COUNCIL ON SENIOR CITIZENS 1990-91

Mrs. P. J. Fillimore, Leamington (Chairman); Dr. William B. Arnup, Lindsay, Mr. William A. Hughes, Toronto, (Vice-Chairmen); Ms. Daphne Bailey, Etobicoke; Rev. Ruth Marie Butt, Woodstock; Mr. Murray W. Chalmers, London; Rev. Lloyd Cracknell, London; Dr. Fai Liu, Toronto; Mr. Allan A. McNab, Renfrew; Mr. Jean-Louis Racine, Ottawa; Ms. Maria Santi, Sudbury; Dr. Helene Shingles, Sarnia; Mr. Ralph D. Sweet, Q.C., Ottawa; Mr. Jean-Paul Van Bergen, Vankleek Hill; Rev. Canon Clifford A. Ward, Toronto; Mr. Raymond A. Yukich, Sault Ste. Marie.

Please do not write to us about changes of address. When you notify Old Age Security, your address label is automatically updated. However, if you wish to be deleted from our mailing list, clip the label from your paper and mail it with your request to Especially for Seniors. Please be patient. Changes to the mailing list take a while.

For information on programs and services available to seniors in Ontario, services available to seniors in Ontario, services available to seniors in Ontario, services available to Services available

THE CHAIRMAN'S MESSAGE

Without doubt, the retirement years bring significant changes in our lives, but they can also be immensely rewarding. It seems to me that one of the significant rewards comes from shifting the focus from receiving to giving. No matter what your personal situation may be at the moment, whether you need care or are as physically and mentally active as you were long before retirement, there is an opportunity for all of us to give something of ourselves to others.

At present, members of the Ontario Advisory Council on Senior Citizens are researching what life is like for those who are spending their later years in small towns and rural Ontario. In mid-September, we visited the Town of Minden to consult with area seniors and representatives of serviceproviders and agencies serving older adults. While we were in that beautiful part of our province, a new friend told us that when the Lord created the heavens and the earth in six days, he had a lot of rocks left over. The place where he dumped them became Haliburton

We heard many other wonderful stories too. We were told of older people who can no longer get up and go, yet are the joy of their friends because of their cheerful attitudes and genuine interest in others. We learned of volunteers who spend hours each day working either within an organization or on their own to help their neighbours, their families and their communities.

Some told us they want to repay a society that was good to them; others are seeking a compelling activity as a balance to their leisure time, and still others told us of being too occupied raising their children, earning a living, building a career, to do any volunteer work until now.

Some said they wished there were more helping hands to lighten the load and also experience the rewards they are finding. From the administrators of agencies serving seniors, we heard of their great appreciation of their volunteers and of their inability to function without them.

I could fill this space with lists of things retired volunteers are doing in our province. Perhaps I'll just say it is not going unnoticed. And to my friend who said he had not really done anything of this sort, I'll simply add, "Try it — you'll like it!"

Council is indebted to the people who have come to our consultations, to those who have responded to our request for a presentation, and to readers who have written in response to our request for information in Especially for Seniors. We are aware that seniors are being surveyed on almost every conceivable topic these days, but it is important for us to hear from you directly. We want to know that what we say on your behalf is really an accurate reflection of your wishes and feelings. We will share our findings and conclusions with you when the study is complete, but let me assure you that there



JoAnne Fillimore, Chairman Ontario Advisory Council on Senior Citizens

is a lot of sharing, caring and laughter happening wherever seniors gather.

As you will read elsewhere in these pages, Ontario now has a new Minister with responsibility for matters relating to seniors, the Honourable Elaine Ziemba. Council members look forward to continuing the excellent arms-length working relationship we have enjoyed with previous Ministers appointed to this responsibility. I have met with the Minister and Especially for Seniors will meet with her in the near future to discuss her new role and her ideas on matters that affect Ontario's senior residents. We will bring you a report on that interview in a future issue.

Variety showcase spotlights senior talent

They sang, they danced, they made music, they put on skits. The second annual McDonalds Seniors' Jubilee Concerts were a sellout again, and performers more than lived up to their audiences' expectations. Held at Roy Thomson Hall in Toronto in August, the four-day variety showcase spotlighted over 60 talented acts from across Ontario.

Presented in association with the United Senior Citizens of Ontario and in co-operation with the Office for Senior Citizens' Affairs (OSCA), the popular concerts attracted standing room only crowds. Acts from 13 of 16 communities which hosted JubilAGEtions of June concerts were featured during the four-day event. JubilAGEtions of June concerts were sponsored by the OSCA, administered by the United Senior Citizens of Ontario and managed, planned, promoted and performed by groups in host communities.

The June concerts, says T. Philip Adams, OSCA's special advisor, were designed to: help dispel negative myths about aging and the aged; encourage seniors to become more involved and active in programs designed for them; provide positive role models for all seniors, and provide opportunities for older adults

to use their management and leadership skills.

The Roy Thomson Hall concerts featured comedy acts, a 35-piece concert band, soloists, folk, ethnic and tap dancing — "a real pot-pourri," according to Wayne Burnett and Glenda Richards, co-producers of the McDonalds Seniors' Jubilee Concerts and consultants for the JubilAGERions concerts.

For many of the 800-plus participants, the chance to perform at Roy Thomson Hall was the thrill of a lifetime, Mr. Burnett said. Performers were able to practise and display talents they had never before had the time or opportunity to develop fully. Some had entertained at seniors' residences and similar locations, but without the benefit of professional stage coaching. They learned how to bow, to present themselves onstage, to look good under the lights. "Now they've started to perfect a talent, this has given them a reason to go further." said Ms. Richards.

Plans are already in the works for arranging next year's concert series. Organizers are looking ahead to an earlier start date and an even broader selection of material. If your community is interested in hosting a JubilAGEtions of June concert, write to: Communications Department, Office for Senior Citizens' Affairs, 76 College Street, Toronto, Ontario M7A 1N3. If you and/or your group are interested in appearing at Roy Thompson Hall, write to: Richburn Associates, 260 Queen's Quay West, #2805, Toronto, Ontario M5J 2N3 before the end of February, 1991 with a description of your act.

Stay Safe

Bathroom

After the kitchen, the bathroom can be the most dangerous area in the home for most people.

- ☐ Glue non-slip treads on the bottom of the bath or shower.
- ☐ Keep a night light on.
- ☐ Don't operate electrical appliances in the bathroom.
- ☐ Try a hand-held shower hose and use a bathseat; avoid standing in the shower.
- ☐ Install a water temperature regulator to prevent scalding.
- ☐ Lever-type taps are easier to manage, so have them installed or obtain adaptors for your fixtures.

Distress Centres: comfort as close as the phone

When things seem to be more than we can handle, or life seems for a while to have lost its purpose, phoning a Distress Centre can provide comfort and help.

There are now over 40 Distress Centres in towns and cities throughout Ontario. Yet in 1989, only 5.3 per cent of calls to these centres were from people 65 years of age and older.

"We're concerned that we don't hear from more seniors," says Les Talbot, Executive Director of the Ontario Association of Distress Centres. "We know they have their share of problems like any other age group." The Association develops and monitors training standards for telephone volunteers and accredits member centres.

Distress Centres offer an immediate, confidential service at no charge

to callers. They operate 24 hours a day, seven days a week, and their services range from friendly listening to suicide prevention and crisis intervention. Volunteers, who receive between 25 and 30 hours of training before going on the phones, will assist with any situation that causes distress to a caller. It could be the death of a spouse, concern about financial problems, or simply loneliness – one of the most common problems at any age, according to Mr. Talbot.

Volunteers don't make judgements. They provide emotional support and, wherever possible, help callers to find their own solutions to a problem. The most usual situations they deal with are:

□ need for befriending and social support – the volunteer can help relieve loneliness and boost confidence; ☐ distress – the volunteer listens, explores alternatives, and provides support to help an individual make decisions:

□ crisis intervention – generally in extremely stressful situations that may be life-threatening;

information/referral - the volunteer provides a link to appropriate resources when specific assistance is needed.

Distress Centres augment social services available in the community. Generally, professionals on staff and/or in the community are used to provide backup, support, supervision, and training for the volunteers, and administration for the Centre itself. "We're always keen to recruit seniors themselves as volunteers," adds Mr. Talbot. "Their life experience and understanding is a tremendous asset."

Where to call across the province

Here is a list of Distress Centres in Ontario. If your community is not listed, check the front of your telephone directory. For more information contact the Ontario Association of Distress Centres, Suite 401, 99 Atlantic Avenue, Toronto, Ontario M6K 3J8.

Barrie Telecare P.O. Box 723 Barrie, Ontario L4M 4Y5 (705) 726-7922

Belleville Telecare P.O. Box 503 Belleville, Ontario K8N 5B2 (613) 962-4111

Telecare Brampton P.O. Box 482 Brampton, Ontario L6V 2L4 (416) 459-7777

Burlington Telecare Box 402 Burlington, Ontario L7R 3Y3 (416) 335-1903

Telecare Etobicoke P.O. Box 421 Weston, Ontario M9N 3N1 (416) 247-5426

Guelph Distress Centre P.O. Box 1027 Guelph, Ontario N1H 6N1 (519) 821-3760

North Halton D.C. P.O. Box 85 Georgetown, Ontario L7G 4T1 (416) 877-1211

Telephone Aid Kingston AMS Queen's University Kingston, Ontario K7L 3N6 (613) 544-1771 C.M.H.A. Help Distress Line 607 King Street West, Suite 202 Kitchener, Ontario N2G 1C7 (519) 745-1166

Life Line Telecare Inc P.O. Box 281 Lindsay, Ontario K9V 4S1 (705) 324-0042

London Distress Centre Box 801, Station B London, Ontario N6A 4Z3 (519) 667-5711

(416) 278-7208

Distress Line Peel Box 465, Port Credit Postal Station Mississauga, Ontario L5G 4M1

Crisis Centre North Bay P.O. Box 1407 North Bay, Ontario P1B 8K6 (705) 474-6663

Oakville Crisis Centre P.O. Box 776 Oakville, Ontario L6J 5C1 (416) 849-4541

Orillia Telecare P.O. Box 2165 Orillia, Ontario L3V 681 (705) 325-9534

D. C. of Durham Region P.O. Box 703 Oshawa, Ontario L1H 7M9 (416) 433-1121 Ottawa Crisis Centre P.O. Box 2671, Station D Ottawa, Ontario K1P 5W7 (613) 238-3311

Tel-Aide Outaouais C.P. 8484 Ottawa, Ontario K1G 3H9 (613) 741-6433

Peterborough Telecare P.O. Box 1535 Peterborough, Ontario K9J 7H7 (705) 745-2273

Richmond Hill Telecare P.O. Box 412 Richmond Hill, Ontario L4C 4Y6 (416) 884-1313

Family Counselling Centre 681 Oxford Street Sarnia, Ontario N7T 6Z7 (519) 336-3000

Sault Ste. Marie Telecare P.O. Box 803 Sault Ste. Marie, Ontario P6A 5N3 (705) 256-7476

Scarborough Distress Centre P.O. Box 61, Station D Scarborough, Ontario M1R 4Y4 (416) 751-4888

St. Catharines Distress Centre P.O. Box 145 St. Catharines, Ontario L2R 6R4

Stratford Telecare P.O. Box 501 Stratford, Ontario N5A 6T7

Sudbury Telecare P.O. Box 502 Sudbury, Ontario P3E 4P8 (705) 675-1121 Thunder Bay Telecare P.O. Box 2025 Thunder Bay, Ontario P7B 5E7 (807) 344-1192

Timmins Telecare P.O. Box 823 Timmins, Ontario P4N 7G7 (705) 267-5000

D.C.-1/Gordon Winch 10 Trinity Square Toronto, Ontario M5G 1B1 (416) 598-1121

D.C.-2/Pat Harnisch 59 Briar Hill Avenue Toronto, Ontario M4R 1H8 (416) 486-1456

Salvation Army Emergency Bureau P.O. Box 4021 Toronto, Ontario M5W 2B1

(416) 368-0310

Tel-Aide Jewish Distress Line 4600 Bathurst Street, #345 Willowdale, Ontario M2R 3V2 (416) 636-9610

Toronto East General Crisis Unit 825 Coxwell Avenue Toronto, Ontario M4C 3E7 (416) 461-8272

Youth Line – Huntley Youth Services 34 Huntley Street Toronto, Ontario M4C 3E7 (416) 967-1773

D. C. of Windsor/Essex P.O. Box 2025, Walkerville Windsor, Ontario N8Y 4R5

Woodstock Telecare P.O. Box 792 Woodstock, Ontario N4S 8A2

Aging in small communities and rural areas

What attracts seniors to Ontario's small communities and rural areas? What's involved in converting a summer cottage to a year-round home? And what about the services available? How does transportation rate?

These were some of the questions raised at a September consultation meeting held in Minden by the Ontario Advisory Council on Senior Citizens. In line with population growth patterns throughout the province, the number of older adults living outside urban areas is also on the increase. Council is studying issues that affect their quality of life as part of its work this year.

Because local circumstances can vary considerably across Ontario, Council members selected three separate locations with significant senior populations for the consultation meetings.

The Minden meeting, held September 11 and 12 at the Hyland Crest Senior Citizens' Home, was the first of these consultations. It brought Council members together with representatives of seniors' organizations and service providers in the counties of Haliburton, Hastings and Muskoka, all popular retirement locations. Grey-Bruce on the other hand, where

Council will visit in late November, is primarily an agricultural region. The majority of seniors in the area have lived here for most or all of their lives. A third meeting is planned for northern Ontario in the new year.

After two days of lively exchange in Minden, Council felt much better informed. The first day involved about 25 seniors in panel discussions with Council members and, at times, with another 20 observers who were also keen to share their views. The second day was set aside for presentations by 11 local service providers. Again, about 20 observers sat in on the sessions.

The following were among other questions considered by those who attended:

☐ Health care — Is it as good as in other parts of the province? Do seniors look after their own health?

☐ Housing – Do homeowners think of using reverse mortgages (also known as home equity conversion)?

□ Volunteering – How do you start a volunteer program and find volunteers? What programs run by seniors contribute to their quality of life?

☐ Transportation — If you don't have your own car, how do you get around? How could public transportation work in the area? How do you feel about the 80+ driver's test?

Besides consulting directly with seniors and service providers, Council is exploring the issues with academics and professionals who deal with the topic of aging in small communities. Council expects to complete its report in 1991.

Stay Safe

Living Room

- Organize your furniture so you can move around easily.
- ☐ Choose chairs with suitable seat heights and supportive backs.
- ☐ Lamps with metal bases can be turned on and off by simply touching the base, if modified with a "touch on" adaptor.

Bedroom

☐ The best safety precaution is a telephone by the bed.

Floors

- ☐ Surfaces should be non-slip and preferably a solid colour.
- Avoid scatter rugs. If you like to have a floor covering, choose a dense short-pile carpet.

Cartoons continued . . .

We continue with more winning entries from the cartoon contest held in the Fall 1989 issue of *Especially for Seniors*. Art Simpson submitted several cartoon strips; Margaret Daniels chose to have "Skeff" (John Skeffington) turn her idea into a picture. Other cartoons will be published in future issues.

Art Simpson, Cambridge

Art Simpson, 70, took up cartooning in the Royal Air Force in the far east during the war. "Humour is all around us," he says, "and even in desperate days it would seem to surface." Much of his time is taken up with the Royal Canadian Legion where, as editor of the Galt 121 Branch bulletin, he finds that "time never drags."











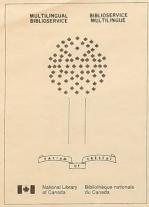
Margaret Daniels, Weston



Margaret Daniels takes a humorous view of intergenerational differences—and similarities. At age 72, Mrs. Daniels is still a frequent visitor to downtown Toronto. She comments on her cartoon idea, "it seemed to me the sort of thing you'd hear there—I see these crazy-looking hairdos in all colours."



Library books available in 32 languages



Do you speak German? Dutch? Hungarian? Polish? Italian? Chinese? Finnish? Spanish? Hindi? Ontario's multilingual seniors can get books and cassette-books in various languages from their local public library.

The Multilingual Biblioservice, a special division of the National Library of Canada, has a collection of over 400,000 books in 32 of Canada's heritage languages. These books are distributed to public libraries throughout Canada.

Of particular interest to Ontario seniors is the special collection of books published in large print and books-on-cassette that their local public library may borrow for them on interlibrary loan from the Multi-lingual Biblioservice. Public libraries have a catalogue of all titles that are available for loan, and library patrons may request specific titles from this catalogue. It is entitled: Multilingual Biblioservice Catalogue of Large Print Books and Talking Books in Heritage Languages.

Many public libraries also have a selection of books in heritage languages on the shelf; however, librarians rely on library patrons to make their needs known. If your library does not have books in your mother tongue, do not hesitate to ask for them.

Seniors "off their rockers" for Expo '90

Windsor area residents were certainly "off their rockers" for a couple of days in October.

At least 10,000 people attended Seniors Independence Days Expo '90 for two event-packed days of displays, demonstrations, exhibits, speakers, films and entertainment. The theme for the occasion was "A New Generation of Rockers" and the logo showed an empty rocking chair strung with a "Busy" sign, or, as variations, propping up a pair of skis or with luggage nearby.

The event was designed to encourage the independence of older adults of Windsor and Essex County. It was planned and organized — with the help of scores of volunteers — by a Community Board representing local agencies and organizations involved in the field of aging. Sponsors were Big V Drug Stores and the Ministry of Community and Social Services. There was a heavy commitment from the Canadian Auto Workers as well as the Windsor-Essex County United Way and Council on Aging.

The program offered a broad mix of entertainment and information about aging and services available to local residents. Speakers, including the CBC's Bill McNeil, former United Church of Canada Moderator Dr. Robert McClure, and retired banker Carl Aggerholm, discussed topics ranging from spirituality and humour, to housing, sexuality, retirement savings and avoiding drug dependency. There were films too, music, and dancing, a fashion show and almost 60 exhibits.

LETTERS FROM THE MAILBAG

Ed. Note. Many readers wrote to suggest that we publish more responses to the letter from Kanata (Winter 1990) asking for other readers' reflections about dying. Here are another two thoughtful replies.

FROM a reader in Elliot Lake:

It seems to me that death is as important a part of the life span as birth and should be accepted with dignity and serenity. One of the un-expected rewards of growing old has been that I have time to appreciate, to look at, to savour beauties in nature and people that I never had time for before. And the appreciation is deepened by the fact that the time for it is growing shorter. What a wonderful opportunity to fill this precious time with joyousness.

Okay — that's the bright side. So what of those terrifying times? My fear is not so much death, I think, as fears of stupid and ugly illness, in-competence and infantile dependence. These fears must be faced and coped with in a positive way. Maybe there should be some consciousness-raising sessions to help us share and manage these feelings.

FROM a reader in Aurora:

At age 70, I am more concerned about living too long than about dying soon. With a generous ration of three score and ten good years completed, there will be no grounds for sorrow by anyone when I make my exit. There will be grounds for sorrow if I reach, and continue beyond, a point at which I become no longer capable of enjoyment, incapable of caring for myself, a burden to my family and a cost to the health care system - that is the prospect that terrifies me. Presently I enjoy life - and practise a discipline designed to enable me to do so for a good number of years. But if a time comes when I find myself entering a stage of decay or continuing severe pain, I want to be able, legally and conveniently, to achieve a quick and dignified end. This should stand high on the list of human rights. To lose control of one's life, to need to be wheeled about, fed, washed, wiped and diapered – that is a Purgatory no one should be obliged to suffer.

FROM a reader in Caledon East:

Another letter in Mailbag (Summer 1990) from a motor cyclist who thinks he has done something wonderful by taking up motor cycling. Phooey! On June 28. my 79 1/2 birthday, I rode my bicycle (human powered) from home to Brantford, 147 kilometres in exactly 12 hours, including prolonged stops for lunch in Milton and dinner in St. George. At Brantford I attended the Great Canadian Bicycle Rally. When that concluded, I rode across northern New York State, New England, bits of New Brunswick and into Nova Scotia to attend the Atlantic Canada Bicycle Rally at Wolfville, N.S. I arrived in Wolfville a week ahead of schedule, so carried on to Cape Breton, returning to Wolfville via the south-east coast and Halifax. When the rally terminated on August 6, I rode to the Caribou/Wood Island ferry in two days and spent a week cycling on Prince Edward Island. On August 16, I took the overnight train from Moncton, N.B., to Montreal, then cycled from Montreal to my home, arriving back on the afternoon of August 24 having ridden the bicycle 5926 km in two months with only four rest days. I carried a tent but also stayed in motels and bed and breakfast establishments. I stayed with relatives and friends for eight nights. At Wolfville we were lodged in Acadia University.

Please - no more letters from softy motor cyclists!

Stay Safe

Genera

A safe home environment is a personal responsibility...

- ☐ Know the location of your fusebox or circuit breaker.
- ☐ Install smoke detectors in every room and check batteries regularly.
- ☐ Keep emergency telephone numbers handy.
- ☐ Never attempt a chore when you are tired. Fatigue can make anyone accident-prone.

Livres disponibles en 32 langues

demande. langue, n'hésitez pas à en faire la thèque n'offre pas de livre dans votre naître leurs besoins. Si votre bibliocomptent sur leurs clients pour coningue de livres. Toutefois, celles-ci possèdent leur propre collection multi-Plusieurs bibliothèques publiques

еп втапа потоге ѝ ГЕхро 1990 Les personnes àgées ont assisté

Fxpo 1990 au cours du mois d'octobre. Windsor ont participé en grand nombre à Les personnes âgées de la région de

dant lesquels des kiosques d'exposition, des essisté à cet événement de deux jours pen-En effet, au moins 10 000 personnes ont

nombreux bénévoles, l'exposition a été de Windsor et d'Essex. Grâce à l'aide de l'autonomie des personnes âgées des comtés Cet événement visait à promouvoir des baggages près de la chaise berçante. illustrations montraient aussi des skis et laquelle on voyait le mot « Busy ». Certaines bole montrait une chaise berçante sur A New Generation of Rockers » et le symété présentés. Le thème de l'exposition était conférences, des films et des spectacles ont

Essex et de l'organisme local Council on 'automobile, de Centraide de Windsoraussi reçu l'aide des Travailleurs unis de et communautaires. Les organisateurs ont Stores et le ministère des Services sociaux ment était commandité par Big V Drug s'occupant des personnes âgées. L'événeregroupant les divers organismes locaux organisée par un conseil communautaire

concerts, de la danse, un défilé de mode et ments. On a aussi présenté des films, des d'éviter de devenir dépendant des médicafinanciers de la retraite et de la façon logement, de la sexualité, des aspects traité de la spiritualité, de l'humour, du Aggerholm, banquier à la retraite, ont Eglise-Unie du Canada, M. Carl Robert McClure, ancien modérateur de McNeil, anciennement de la CBC, M. Les conférenciers invités, dont M. Bill dans la région et présentait des spectacles. sur le vieillissement et les services offerts L'exposition offrait des renseignements -gangA

près de 60 kiosques.

La sécurité à domicile

La sécurité au foyer est une responsabilité Conseils généraux

fusibles ou de disjoncteurs,

Installez un détecteur de fumée dans toutes les Sachez à quel endroit se trouve la boîte de personnelle.

Conservez les numéros de téléphone d'urgence à pièces et vérifies les batteries régulièrement.

portée de la main.

Un système de communication en cas d'urgence êtes fatigué. La fatigue accroît le risque d'accident. Evites de faire des travaux ménagers lorsque vous

système d'intercom, les lumières et d'autres tant de contrôler à distance la radio, le téléviseur, le avez des problèmes de mobilité, un dispositif permetest une mesure de sécurité supplémentaire. Si vous

> de langues à la bibliothèque publique livres-cassettes dans un grand nombre benneut se brocurer des livres et des Les personnes agées de l'Ontario

> distribués par l'intermédiaire des bilivres dans 32 langues. Ces livres sont une collection de plus de 400 000 thèque nationale du Canada, possède Le Biblioservice multilingue, qui est une division autonome de la Bibliolocale.

> seront sans doute intéressées d'ap-Les personnes âgées de l'Ontario Canada bliothèques publiques partout au

emprunter. choisir les livres qu'elles désirent les personnes intéressées peuvent prêt entre bibliothèques dans lequel tous les titres disponibles par voie du thèques publiques ont un catalogue de Biblioservice multilingue. Les biblioractères et des livres-cassettes du peut emprunter des livres en gros caprendre que leur bibliothèque locale

LE SAC AUX LETTRES

un traitement que personne ne devrait être nourrir, laver et changer de vêtements est

lecteurs (Eté 1990) provenant d'un motocy-Une autre lettre dans le Courrier des D'un lecteur de Caledon-Est.

dans des motels et des auberges. J'ai passé portais une tente, mais J'ai aussi couché seulement quatre jours de repos. Je trans-926 km à bicyclette en deux mois et pris d uruocteq riove sérge fuos 42 el évirre mon vélo en direction de chez moi où je suis M.-B. à Montréal. De là, j'ai remonté sur passé la nuit sur le train reliant Moncton de l'Ile-du-Prince-Edouard. Le 16 août, j'ai ensuite faire une randonnée d'une semaine traversier de l'île Caribou/Wood pour pour atteindre le point d'embarquement du fin du rallye, le 6 août, j'ai mis deux jours est de la province et traverser Halifax. A la emprunté la route longeant la côte du sud-Cap Breton. Pour revenir à Wolfville, j'ai horaire, j'ai continué ma route jusqu'au ville avec une semaine d'avance sur mon Wolfville. Comme je suis arrivé dans cette au Atlantic Canada Bicycle Rally, à atteindre la Nouvelle-Écosse où j'ai assisté partie du Nouveau-Brunswick pour enfin York, la Nouvelle-Angleterre et une petite travers la partie nord de l'État de New Rally, Après cela, J'ai poursuivi ma route à J'ai assiste au Great Canadian Bicycle Milton et diner à St. George. A Brantford, des arrêts prolongés pour déjeuner à 147 km en exactement 12 heures, incluant chez moi jusqu'à Brantford. J'ai parcouru commencé une randonnée à bicyclette de dernier, le jour de mes 79 ans et demi, j'ai nant a ce sport. Vraiment! Le 28 juin quelque chose d'extraordinaire en s'adonilgmoss a li'up noisession qu'il a accompli

huit nuits chez des membres de ma famille

clistes delicats. S'il vous plaît, plus de lettres de motocy-

> demandé de publier plus de réponses à la let-M.D.L.R. : Plusieurs lecteurs nous ont

Sibnid no longaqes grois, polonais, italien, chinois, finnois,

Parlez-vous allemand, hollandais, hon-Agional Library Bibliothèque nationale of Canada du Canada TV26312 WY12VI

BIBLIOSERVICE

moment. Mais si par malheur je devais perpermettra de continuer encore pour un bon pleine santé et je vis d'une façon qui me aspect me terrifie. Je suis présentement en pour ma famille et la société. Ce dernier Jamais je ne voudrais devenir un fardeau sérénité d'une personne et d'une famille. al à 19 randement au bonheur et à la et l'incapacité de s'occuper de soi peuvent

que de mourir trop jeune. Après une vie

aideraient à partager nos craintes et à les

devrait exister des organismes qui nous

ladie, les incapacités et la dépendance. Il

la mort qui m'effraie, mais plutôt la ma-

est-il des mauvais? Ce n'est pas vraiment

temps à vivre. Quelle chance de pouvoir

sachant qu'il ne me reste plus beaucoup de

des gens. Je savoure d'autant plus cette joie

beautés de la nature, ainsi que les qualités

regarder, à savourer et à apprécier les

donnée en vieillissant, a été d'apprendre à

des joies les plus inattendues qui m'ait été

être acceptée avec dignité et sérénité. L'une

importante que la naissance et elle devrait Pour moi, la mort est une étape aussi

nes au sujet de la mort. Voici deux autres let-

faire connaître les réflexions d'autres person-

tre provenant de Kanata (Hiver 1990) pour

Lettre d'un lecteur d'Elliot Lake

tres à ce sujet.

D'accord pour les bons côtés, mais qu'en

Lettre d'une lectrice d'Aurora

remplir sa vie de bonheur.

surmonter.

A mon âge, je crains plus de vivre vieille

devrait se retrouver bien haut dans la ma personne d'une façon digne. Ce choix je voudrais pouvoir légalement disposer de dre mes capacités ou souffrir énormément, pleurer quelqu'un. Par contre, la souffrance bien remplie, il n'y a aucune raison de

Charte des droits de la personne. Se faire

appareils seraient très utiles.

Les personnes âgées en milieu rural

vous de l'examen d'aptitudes de conduite pour les personnes âgées de 80 ans et plus?

Conseil publiers son rapport à ce sujet en 1991. personnes vivant dans les petites localités. Le penchés sur la question du vieillissement des tifiques et des professionnels qui se sont déjà ment discuté de ces questions avec des scienles fournisseurs de services, le Conseil a égale-En plus de consulter les personnes agées et

La sécurité à domicile

puissiez vous déplacer facilement Disposez les meubles pour que vous

En installant un dispositif de contrôle spéle dossier offre un soutien adéquat. Choisisses des chaises assez hautes et dont

ou éteintes simplement en les touchant. cial, les lampes en métal peuvent être allumées

d'installer un téléphone près du lit. La meilleure mesure de sécurité est **La chambre à coucher**

Evitez de placer des carpettes sur le d'un matériau antidérapant et d'une couleur Le revêtement des planchers devrait être Les planchers

plancher, Si vous désirez installer un tapis,

choisissez un tapis à poils courts et dures.

Encore une fois, une vingtaine d'observateurs services locaux de faire des présentations. permis à 11 porte-parole des fournisseurs de taine d'observateurs. La deuxième journée a repartis en petits groupes et avec une ving-Conseil ont discuté avec 25 personnes âgées de la première journée, les membres du sion d'être beaucoup mieux informé. Au cours rencontre de Minden, le Conseil avait l'impres-Après deux jours de discussions lors de la prochaine.

Les participants ont considéré les questions ont assisté à la réunion.

de leur santé? province? Les personnes âgées s'occupent-elles qualité que dans les autres régions de la Services de santé - Sont-ils d'aussi bonne SHIVANTES

de conversion)? inversée (aussi appelée prêt hypothécaire sagent-ils d'avoir recours à une hypothèque Logement - Les propriétaires envi-

but d'améliorer la qualité de leur vie? nes âgées peuvent-elles mettre sur pied dans le voles? Quels genres de programmes les personprogramme de bénévolat et recruter des béné-☐ Benévolat - Comment mettre sur pied un

pourrait-il desservir le secteur? Que pensezdéplacer? Un service de transport en commun qui n'ont pas de véhicules peuvent-elles se Transport - Comment les personnes âgées

eté discutées lors d'une réunion de consulta-Ce sont quelques-unes des questions qui ont la qualité des services de transport en commun? Quels sont les services disponibles? Quelle est chalet d'été en une résidence permanente? rural? En quoi consiste l'aménagement d'un s'établir dans de petites localités ou en milieu Qu'est-ce qui pousse les personnes âgées à réunion dans le Nord de l'Ontario l'année

ont une influence sur la qualité de vie de ces a voulu étudier cette année les questions qui tent les grands centres urbains et le Conseil proportion croissante de personnes âgées quit-Minden en septembre dernier. En Ontario, une l'Ontario sur l'âge d'or et qui s'est déroulée à tion organisée par le Conseil consultatif de

lité à l'autre, le Conseil a tenu une réunion Comme les circonstances varient d'une locapersonnes

relativement importante de personnes âgées. dans trois localités comptant une proportion

toute leur vie. On prévoit tenir une troisième personnes âgées de cette région y ont vécu cipalement une région agricole. La plupart des réunion à la fin du mois de novembre, est princomté de Grey-Bruce, où le Conseil tiendra une lieux de retraire très populaires. Par contre, le Haliburton, Hastings et Muskoka, tous des et des fournisseurs de services des comtés de représentants d'organismes de personnes âgées membres du Conseil de discuter avec les Citizens' Home. Cette rencontre a permis aux les 11 et 12 septembre, au Hyland Crest Senior La première réunion s'est tenue à Minden,

Il nous fait plaisir de présenter d'autres caricatures D'autres caricatures

T'es-tu fait attaquer en

oui, c'est le directeur

Art Simpson, de Cambridge

Il dit que « le temps passe très vite, » section 121 de Galt, de la Legion royale canadienne. rédacteur en chef du bulletin d'information de la grande partie de son temps à travailler comme finissait toujours par rescortir. » Il consacre la plus et même pendant les jours les plus tristes l'humour diale. « L'humour nous entoure tout le temps, dit-il, Extrême-Orient pendant la Seconde Guerre moncaricatures lorsqu'il était au service de la R.A.F. en Art Simpson, âgé de 70 ans, a commencé à faire des

seront publiées dans les prochains numéros.

sa pensée à l'aide d'une caricature. D'autres caricatures présenté plusieurs bandes dessinées, tandis que Margaret Daniels a demandé à « Skeff » (John Skeffington) d'exprimer l'automne 1989 du Courrier des Ainées. Art Simpson a

soumises lors du concours lancé dans le numéro de



Mme Margaret Daniels, de Weston

bizarres dans toutes les couleurs. dre un peu partout. Je vois ces coiffures · C'est le genre de chose qu'on peut entenidée de caricature, elle a dit ce qui suit : centre-ville de Toronto. Au sujet de son ans, Mme Daniels se rend souvent dans le tudes entre les générations. Agée de 72 humoristique des différences et des simili-Margaret Daniels a une perspective





Mais il m'a reconnu en premier.

Les centres d'aide morale : un service à la portée de vos doigts

et fournit le soutien nécessaire pour que la perinterlocuteur, analyse les différentes possibilités

habituellement de situations extrêmement ten-Lintervention en cas de crise - il s'agit sonne prenne les décisions qui s'imposent;

appropriés lorsqu'ils ont besoin d'une aide partioriente les interlocuteurs vers les services ☐ renseignements et orientation - le bénévole la vie de l'interlocuteur; dues qui peuvent représenter une menace pour

la vie sont des avantages extraordinaires. » Talbot. Leur, expérience et leur compréhension de des personnes âgées comme bénévoles, indique M. centres. « Nous sommes très intéressés à recruter tion des bénévoles, ainsi que l'administration des tuellement le soutien, la supervision et la formacentres ou dans la communautés assurent habilités. Les professionnels travaillant dans ces taires aux services sociaux offerts dans les loca-Les centres d'aide morale sont complèmen-

touchant les personnes de tout age, ajoute solitude, un des problèmes les plus courants de problèmes financiers ou tout simplement de en détresse. Il peut s'agir du décès du conjoint, phoniques et ils peuvent aider tout interlocuteur de commencer à répondre aux appels téléreçoivent de 25 à 30 heures de formation avant on d'intervention en cas de crise. Les bénévoles assurer des services de prévention de suicides Les bénévoles peuvent offrir une oreille amicale, offert 24 heures par jour, sept jour par semaine.

ver les solutions qui lui conviennent. Les situamesure du possible, aide l'interlocuteur à trouteurs. Ils offrent un soutien moral et, dans la Les bénévoles ne jugent pas leurs interlocu-M. Talbot.

asituation de détresse - le bénévole écoute son ler la confiance de la personne qui téléphone; vole peut contribuer à briser la solitude et stimu-□ besoin d'un soutien amical et social – le bénétions les plus fréquentes sont les suivantes :

> teçus par ces centres provenaient de personnes Ontario. En 1989, 5,3 pour 100 des appels d'aide morale dans les villes et villages de Il existe actuellement plus de 40 centres très utile de telephoner à un centre d'aide moraie. ou lorsque votre vie semble s'effondrer, il peut être Lorsque vous ne savez plus où donner de la tête

soccupent de ces services téléphonique d'aide normes de formation pour les bénévoles qui nisme élabore et surveille l'application des de tous les autres groupes d'age. » Cet orgapersonnes ont aussi des problèmes comme celles Association of Distress Centres. On sait que ces M. Les Talbot, directeur general de l'Ontario d'appels de la part des personnes agées, souligne « On s'inquiète de ne pas recevoir plus de 65 ans et plus.

immédiat, confidentiel et gratuit. Ce service est Les centres d'aide morale offrent un service morale et inscrit les centres qui veulent en

(Ontario) M6K 3J8.

Liste des centres dans la province

C. P. 823 Timmins Telecare 2611-448 (708) P7B 5E7 Thunder Bay (Ontario)

Thunder Bay Telecare

1211-862 (914) Toronto (Ontario) 10, place Trinity Distress Centre - IV Gordon (405) 267-5000

Salvation Army Emergency 9911-987 (917) MAR 1H8 Describe Briar Hill Toronto (Ontario) Distress Centre - 2/Pat Harnish

4600, rue Bathurst, bureau 345 Tel-Aide Jewish Distress Line 0180-898 (914) MSW 2B1 Toronto (Ontario) C. P. 4021

Toronto East General Crisis Unit 0196-989 (911) Willowdale (Ontario)

(416) 461-8272 M4C 3EL 825, avenue Coxwell Toronto (Ontario)

Youth Line - Huntley Youth

Woodstock (Ontario) C. P. 792 Woodstock Telecare 8669-876 (918) OHP Y8N (ontanto) TosbniW C. P. 2025, Walkerville Distress Centre of Windsor/Essex 8441-788 (814) MAC SET Toronto (Ontario) 84, rue Huntley

> C. P. 8484 Tel-Aide Outaouais KIP 5W7 (oitama (Ontario) C. P. 2671, Succ. " D » Centre d'urgence d'Ottawa

8849-144 (819) KIC 3H6 (origino) swetto

(705) 745-2273 Peterborough (Ontario) C. P. 1535 Peterborough Telecare

8161-488 (914) PAC 4XP (ortaino) lliH bnomhish Richmond Hill Telecare

0008-988 (619) LZ9 LLN (Ontario) brotxO sur ,188 Family Counselling Centre

(102) 526-7476 P6A 5N3 Sault Ste. Marie (Ontario) C. P. 803 Sault Ste. Marie Telecare

8881-194 (911) MIRAY (oinstato) dguorodass C. P. 61, Succ. « D » Scarborough Distress Centre

TSK PK4 St. Catharines (Ontario) C. P. 145 St. Catharines Distress Centre

LL9 VSN C. P. 501 TTAS-889 (9TF)

C. P. 502 Sudbury Telecare 1812-172 (414) Stratford (Ontario)

Sudbury (Ontario)

1211-919 (201)

P3E 4₽8

Distress Centre of Durham \$826-928 (90L) TS9 AST Orillia (Ontario) C. P. 2165 Orillia Telecare

6ML HIT (oinstaO) swadeO

(416) 433-1121

1191-618 (911)

(202) 474-6663

8027-872 (414)

Oakville (Ontario)

Oakville Crisis Centre

North Bay (Ontario)

Crisis Centre North Bay

(OntainO) aguasaisaiM

Distress Line Peel

London (Ontario)

C. P. 801, Succ. « B »

1178-798 (918)

(705) 324-0042

9911-974 (619)

Lindsay (Ontario)

Life Line Telecare Inc.

Kitchener (Ontario)

8ZF V9N

IS₱ A6¥

C' F. 281

avenue Atlantic, bureau 401, Toronto

l'Association for Distress Centres, 99,

sujet, veuillez communiquer avec

de plus amples renseignements à ce

de votre annuaire téléphonique. Pour

consulter la page converture intérieure

localité n'est pas mentionné, veuillez

morale en Ontario. Si le nom de votre

Voici une liste des centres d'aide

C. P. 465, Succ. de Port Credit

Centre d'aide morale de London

607, rue King ouest, bureau 202

C.M.H.A. Help Distress Line

Ten PCI

977 H.O.

PIB 8K6

C. P. 1407

TPC TWI

1121-778 (814) TAC TAL Georgetown (Ontario) C' F' 82 North Halton Distress Centre

(613) 544-1771 KAT 3Me Kingston (Ontario) AMS Université Queen's Telephone Aid Kingston

(213) 821-3760

(416) 247-5426

Weston (Ontario)

Telecare Etobicoke

Burlington (Ontario)

Burlington Telecare

Brampton (Ontario)

Telecare Brampton

Belleville (Ontario)

Belleville Telecare

(705) 726-7922

Barrie (Ontario)

Barrie Telecare

(416) 335-1903

LLLL-697 (917)

(613) 962-4111

Guelph (Ontario)

Guelph Distress Centre

IN9 HIN

C' E' 1054

INS NOW

C. P. 421

L7R 3Y3

C. P. 402

TEA ST4

C. P. 482

C' b' 203

CAM 4X5

C. P. 723

devenir membre.

LE COURRIER DES AINEES, AUTOMNE 1990

1978-788 (818) ZV8 SPN

DÉCLARATION DE LA PRÉSIDENTE



JoAnne Fillimore, présidente Conseil consultatif de l'Ontario sur l'âge d'or

âgées de réunissent. partage, de joie, de rire lorsque les personnes tiens à vous assurer qu'il y a beaucoup de

Elaine Ziemba. Les membres du Conseil Affaires des personnes âgées est l'honorable articles, la nouvelle ministre déléguée aux Comme il est mentionné dans d'autres

Courrier des Aînés la rencontrera prochaine-

une prochaine édition. blierons une entrevue avec la ministre dans les personnes âgées de l'Ontario. Nous puidées à l'égard des questions qui intéressent ment pour discuter de son rôle et de ses cette fonction. J'ai rencontré la ministre et le sont convaincus qu'ils continueront à béné-

ficier de l'excellente relation qui a existé

avec les autres ministres qui ont occupé

personnes disponibles pour alléger le fardeau D'autres ont souhaité qu'il y ait plus de

aujourd'hui leur carrière pour faire du bénévolat avant enfants, gagner leur vie et progresser dans avaient été trop occupées à élever leurs libre, tandis que d'autres nous ont dit qu'elles une occupation pour meubler leur temps leur a apporté beaucoup, d'autres cherchent

Age, au mois de juin, veuillez écrire à l'adresse présenter un spectacle dans le cadre de Fêtespectacles. Si votre localité est intéressée à et d'y présenter une plus grande variété de l'intention de devancer la date de l'événement de l'année prochaine. Les organisateurs ont

à perfectionner leur talents, elles ont le goût de

l'éclairage. « Maintenant qu'elles ont commence

Les années de la retraite transforment sans

bilité de donner un peu de nous-même. retraite, cette période nous offre tous la possil'étiez longtemps avant de prendre votre physiquement et intellectuellement que vous besoin de soins, ou que vous soyez aussi actif tion au moment de la retraite, que vous ayez plutôt qu'à recevoir. Quelle que soit votre situaplus grande attention que l'on porte à donner l'une des sources de satisfaction découle de la aussi être très satisfaisantes. Il me semble que aucun doute notre vie, mais elles peuvent

tudes dans les domaines de l'organisation et nes âgées la possibilité d'utiliser leurs aptisur pied à leur intention et donner aux personparticiper activement aux programmes mis sonnes âgées, inciter les personnes âgées à mythes au sujet du vieillissement et des permois de juin visaient à faire disparaître les pal de l'Office, les spectacles présentés au Selon M. T. Philip Adams, conseiller princimotion étaient assurées localement

tandis que la gestion, la planification et la pro-

l'organisme United Senior Citizens of Ontario, l'Office des personnes agées et administrée par

les quatre jours. Fête-Age était parrainée par de Fête-Age en juin, ont été présentés pendant

ités qui ont organisé des activités dans le cadre

salles combles. Les spectacles de 13 des 16 local-

furent très populaires et présentés devant des

l'Office des personnes âgées, les spectacles Citizens of Ontario, en collaboration avec

présenter leur numèro.

Une initiative de l'organisme United Senior

ob oinstaO'l ob anoigon sol actuot ob tannov

sur quatre jours, a permis à plus de 60 artistes

ont été très appréciés. Cet événement, réparti

connu un autre succès éclatant et les artistes

McDonalds Senior Jubilee Concerts annuel a

et présenté des sketches. Le deuxième

Ils ont chanté, dansé, joué de la musique

veulent faire une contribution à la société qui

ou individuellement, dans le but d'aider leurs

plusieurs heures par jour, au sein d'organismes

rencontré des bénévoles qui consacrent

autres font la joie de leurs amis. Nous avons

dont la joie de vivre et l'intérêt envers les

agées qui ne peuvent plus se déplacer, mais

merveilleuses. On nous a parlé de personnes

L'endroit où il a tout déposé s'appelle main-

jours il lui est resté beaucoup de roches.

lorsque Dieu créa le ciel et la terre en six

la province, un nouvel ami nous a raconté que

notre séjour dans cette magnifique région de

s'occupant des personnes âgées. Pendant nisseurs de services et des organismes

nes âgées et les représentants des fourville de Minden pour y consulter les person-

septembre, nous nous sommes rendus dans la

et en milieu rural de la province. A la mi-

sonnes agées vivant dans les petites localités

effectuent une recherche sur la vie des per-

consultatif de l'Ontario sur l'âge d'or

A l'heure actuelle, les membres du Conseil

tenant Haliburton.

On nous aussi raconté d'autres histoires

voisins, leur famille ou la communauté.

Certaines personnes nous ont dit qu'elles

du leadership.

Pour plusieurs personnes parmi plus de 800 conseillers pour le festival Fête-Age. co-réalisateurs du Senior Jubilee Concerts et ont indiqué Wayne Burnett et Glenda Richards, culturelles et folkloriques, « un vrai pot-pourri » bres, des solistes, ainsi que des danses multi-Hall comprenaient un orchestre de 35 mem-Les spectacles présentés au Roy Thomson lors des spectacles Variety

Les personnes âgées peuvent faire valoir leur talent

naître les résultats. Mais, en terminant, je

étude sera terminée, nous vous en ferons con-

que vous pensez et ressentez. Lorsque cette

disons en votre nom reflète adéquatement ce

Nous voulons être certains que ce que nous

fassiez connaître votre opinion directement.

jugeons qu'il est important que vous nous

cués auprès des personnes âgées, mais nous

sondages sur une foule de sujets sont effec-

conscients que, de nos jours, de nombreux

dans Le Courrier des Ainés. Nous sommes

renseignements que nous avons fait paraître

lecteurs qui ont répondu à la demande de

faire une présentation, de même que les

consultation et qui ont accepté l'invitation de

sonnes qui ont participé à nos réunions de

de bénévolat, je leur dirai tout simplement : perçu. Et aux personnes qui n'ont jamais fait

de dire que leur travail ne passe pas inanotre province. Mais je me contenterai plutôt

en énumérant ce que les bénévoles font dans

et qu'ils ne pourraient fonctionner sans eux.

qu'ils appréciaient beaucoup leurs bénévoles

des personnes âgées nous ont mentionné

administrateurs des organismes s'occupant

que le bénévolat procure. Pour leur part, les

des bénévoles et pour ressentir la satisfaction

Je pourrais facilement remplir cet espace

« Essayez, vous aimerez cela! »

Le Conseil désire remercier toutes les per-

sur scene et a amehorer leur apparence sous ont donc appris à saluer le public, à se présenter seils de metteurs en scène professionnels. Elles agées, mais elles n'avaient jamais reçu les consbecțacles dans les résidences pour personnes Certaines d'entre elles ont déjà présenté des jamais eu le temps de faire auparavant. faire connaitre leur talent, ce qu'elle n'ont personnes ont eu l'occasion de se préparer et de rience inoubliable, souligne M. Burnett. Ces spectacle au Roy Thomson Hall fut une expéparticipants, la possibilité de présenter leur

On a déjà commencé à planifier les activités continuer », ajoute M. Burnett.

utiliser que les robinets conventionnels.

lanter

Les robinets à levier sont plus faciles à

ture de l'eau pour éviter de vous ébouil-

Installer un régulateur de tempéra-

douche. Evitez de vous doucher debout.

utilises un banc pour prendre votre

Installez une douche-téléphone et

N'utilisez jamais d'appareils élec-

Collez des pièces de caoutchouc

de bains est l'endroit le plus dangereux

Pour la plupart des personnes, la salle

La sécurité à domicile

rue Queen's Quay Ouest, bureau 2805, Toronto

Sadresse suivante : Richburn Associates, 260,

ecrivant, avant le mois de février 1991, à

faire une description de votre spectacle en

votre spectacle au Roy Thomson Hall, veuillez

Si vous ou votre groupe désirez présenter

College, 6° étage, Toronto (Ontario) M7A 1N3.

suivante : Office des personnes âgées, 76, rue

antidérapant dans le fond du bain.

dans le foyer, après la cuisine.

triques dans la salle de bain

Installez une veilleuse.

La salle de bains

(Ontario) M5J 2N3

composez sans frais le 1-800-267-7329. des personnes âgées au (416) 965-5106, ou

prendre un peu de temps.

«sécuritaire pour l'environnement»? Que signifie l'expression

Ecologo, sur les produits approuvés. Ce symbole en apposant un symbole distinctif, appelè dérés comme un « bon choix environnemental » cile à comprendre. pour l'environnement est parfois diffi-La publicité des produits sécuritaires

communiquer des changements d'a-Prière de ne pas nous écrire pour nous

Raymond A. Yukich, Sault Ste. Marie. Sornia; M. Ralph D. Sweet, cr., Ottawa; M. Jean-Paul Van Bergen, Vankleek Hill; Reverend Clifford A. Ward, Toronto; M. Maria Santi, Sudbury; D: Helene Shingles, Renfrew; M. Jean-Louis Racine, Ottowa; Mne D: Fai Liu, Toronto; M. Allan A. McNab, London; Révérend Lloyd Cracknell, London; Marie Butt, Woodstock; M. Murray W. Chalmers, Daphne Bailey, Etobicoke; Révérende Ruth-Hughes, Toronto, (vice-présidents); Mme

D. William B. Arnup, Lindsay, M. William A.

Mme P. J. Fillimore, Learnington (Chairman);

dresse. Lorsque vous avisez le Régime de SUR L'ÂGE D'OR ÉDITION 1990-91

TES MEMBRES DU CONSEIL CONSULTATIF DE L'ONTARIO

qu'un four conventionnel. ou un four portabil facile à utiliser plutôt Procurez-vous un four à micro-ondes provoquer des brûlures graves.

N'oubliez pas que la vapeur peut foulard ou une cravate.

manches sont trop amples, un porter des vêtements dont les tre les éclaboussures et évitez de utilisez toujours un ustensile con-Lorsque vous faites de la friture,

voir vous déplacer le plus librement pos-

Aménager la cuisine de façon à poupour les atteindre.

évitera de devoir monter ou vous étirer tablettes difficiles à atteindre, cela vous

prise de courant. vous utilisez régulièrement près d'une

Placez les appareils ménagers que interrupteur automatique.

menagers, choisissez ceux qui ont un ☐ Lorsque vous achetez des appareils

dangereux du foyer. La cuisine peut être l'endroit le plus La cuisine

capés, 45, av. Sheppard est, Toronto (Ontario) M2N 5W9. canadien pour la réadaptation des handiécrire à l'adresse suivante : Conseil de renseignements à ce sujet, veuillez Superior Propane Inc. Pour obtenir plus de Norcen Energy Resources Ltd. et de sécurité a été produit grâce à l'aide de la brochure du CCRH intitulée dents, voici quelques suggestions tirées dans leur domicile. Pour éviter des accise méfier des dangers qu'elles courent surtout celles qui sont handicapées, de ucratif, rappelle aux personnes agées, pant plus de 80 organismes sans but tion des handicapés (CCRH), regrou-Le Conseil canadien pour la réadapta-

La sécurité à domicile

Otawa (Ontario) KIA 0H3. choix environnemental, 107, rue Sparks 2º étage, écrivant à l'adresse suivante : Programme de seignements au sujet de ce programme en

tiques et les sacs d'épicerie réutilisables. cialement pour disposer des déchets domesmaisons, les systèmes de compostage conçus spépour bébé, les pompes à chaleur pour les

On peut se procurer de plus amples ren-

l'aide de papier recyclé, les couches en tissu fin et le papier journal, les produits fabriqués à comprenant une proportion d'éthane, le papier dont le taux de solvants est réduit, les essences également les peintures à base de latex et celles air. Parmi ces groupes de produits, on retrouve à l'aide de plastique recyclé et les piles de zincl'aide de fibre de cellulose, les produits fabriqués nage, les matérieux de construction fabriqués à pouvant être réutilisés après un nouveau raffi-Ceux-ci comprennent les lubrifiants à moteur ont été établis pour 14 groupes de produits. environnemental, il y a deux ans, des critères

Environnement l'adoption de critères d'approprogramme recommandent au ministre de de l'industrie et du public, les responsables du

normalisation (ACM) et grâce à la collaboration Avec l'aide de l'Association canadienne de produit a été approuvé accompagne l'Ecologo qui

brève description des raisons pour lesquels un souligne un représentant du programme. Une sidéré comme un bon choix environnemental, les dommages à l'environnement peut être con-

on peut disposer en réduisant le plus possible a Tout produit qui est fabriqué, utilisé ou dont forme d'une feuille d'érable. représente trois oiseaux regroupés pour créer la

Depuis la création du Programme de choix bation pour différentes catégories de produits.

C'est exactement ce qui se passe dans cerdes lois si cela est nécessaire. » dévoilement des renseignements et en adoptant en élaborant des directives, en favorisant le duits. Le gouvernement peut aussi faire sa part renseignements adéquats au sujet de leurs proseb façon responsable en fournissant des pour forcer les fabricants et les détaillants à Ils peuvent utiliser leur pouvoir d'achat explique Carolyn Lentz, chargée de l'éducation du public au MCC. ment été choisis par des spécialistes du marketing », fier aux noms des produits, qui ont habituelleles consommateurs ne doivent pas seulement se apparaît sur l'emballage. » sécuritaire pour l'environnement qu'un autre, Pour savoir pourquoi un produit est plus

<u>/iëuuno</u> teurs à identifier les produits qui sont consi-

Ce programme vise à sider les consomma-

aire du Programme de choix environnemental,

tion à l'égard de certains produits par l'intermédi-

ment que cette expression donne une description

de marketing, les environnementalistes affir-

juste. Même si elle ne remporterait pas de prix

mageable pour l'environnement » semble plus

l'environnement. L'expression « moins dom-

duit qui soient totalement sécuritaires pour

listes. Ceux-ci soutiennent qu'il y a peu de pro-

l'environnement » varie selon les divers spécia-

1990, souligne un représentant du ministère de

devenir la plus importante question des années

la protection de l'environnement est en voie de doivent trouver une réponse collective, puisque

mateurs, les entreprises et les gouvernements

sussif Faut-il préférer le coton aux tissus

ils preferables aux produits reutiliqui est organique? Les produits recyclables sont-

pas tout simplement du soda à pâte? Qu'est-ce cette poudre à récurer plus conteuse n'est-elle

de la protection de l'environnement? En fait,

elle préférable à du soda à pâte du point de vue

à récurer « naturelle » et plus dispendieuse est-

importants gestes que les consommateurs

l'environnement » signifie est l'un des plus

cisément ce que l'expression « sécuritaire pour

D'après certains experts, le fait de savoir pré-

Qu'est-ce qu'un produit « vert »? Une poudre

Il s'agit de questions auxquelles les consom-

la Consommation et du Commerce (MCC)

Le sens de l'expression « sécuritaire pour

Des normes nationales sont en voie d'élabora-

Publié trimestriellement

créé par Environnement Canada.

tains domaines.

plus précise.

synthétiques

ontariens peuvent poser.

Toronto (Ontario) Bureau 203, 700, rue Bay sur l'âge d'or de l'Ontario par le Conseil consultatif

Port de 2º classe payé à Barrie, Ontario, en vertu du permis No. 4357 Date de parution : octobre/novembre 1990 Coordonnatrice à la rédaction : Felicity Corelli

Canada M5G 1Z6

agées en Ontario, communiquez avec l'Office

programmes et services offerts aux personnes Pour des plus amples informations sur les

les changements à la liste d'envoi peuvent votre demande. S'il vous plaît, soyez patient,

de l'envoyer au Courrier des aînées avcec

liste d'envoi, prière de découper l'étiquette et

vous désurez que votre nom soit retiré de notre

apparaît sur l'étiquette d'envoi. Toutefois, si

sons automatiquement votre adresse qui

pension de sécurité de la vieillesse, nous révi-

VILLOMINE 1990



Publication trimestrielle du Conseil consultatif de l'Ontario sur l'âge d'or 🗆 Tirage 1,177,376

Elaine Ziemba: nouvelle ministre

rable Elaine Ziemba. est maintenant sous la responsabilité de l'hono-Le Conseil consultatif de l'Ontario sur l'âge d'or

des personnes handicapées, aux Affaires des déléguée aux Droits de la personne, aux Affaires de ministre des Affaires civiques et ministre ministres du premier ministre Bob Rae, à titre mentée comme membre du nouveau Conseil des Le $1^{\rm et}$ octobre 1990, $M^{\rm me}$ Ziemba a été asser-

de Greenpeace. Elle est née à Toronto et est Mme Ziemba est membre de Pollution Probe et s'occupant des personnes àgées. Agée de 48 ans, une fédération d'organismes communautaires été présidente de Social Services for Seniors, sur la rue St. Clair ouest à Toronto. Elle a aussi trice générale de l'organisme Meals on Wheels, Assemblée législative, Mme Ziemba était direc-Avant d'être elue comme députée de personnes ágées et aux Relations interraciales.



L'honorable Elaine Ziemba

Salle comble au Seniors' Jubilee Concerts mere de deux entants





Seniors' Jubilee Concerts. Le public pouvait aussi danser dans le foyer (article en page 3). Vi Ford (à gauche) chante devant une salle comble au Roy Thomson Hall à l'occasion du McDonalds

Prenez des précautions contre la grippe

-req xus serviculière doit être portée aux per-Chaque personne devrait être vaccinée et une

en raison de la grippe. » ente el evé d'avoir de graves problèmes de santé sonnes faisant partie des groupes présentant un

les personnes souffrant d'une immunodéficience troubles rénaux ou de la drépanocytose, ainsi que qui souffrent du diabète, du cancer, d'anémie, de chroniques, comme l'emphysème ou l'asthme, ou qui éprouvent des problèmes pulmonaires 65 ans, qui sont atteintes de maladies du coeur, risque élevé sont celles qui sont àgées de plus de Les personnes qui font partie des groupes à

> est encore temps de le faire. Si vous n'avez pas été vacciné contre la grippe, il

> temps de vous épargner les misères de la grippe. échappé jusqu'à maintenant, vous avez encore le médecins de l'Ontario (AMO), si vous y avez grippe. Toutefois, selon l'Association des plus vous risquez de contracter le virus de la mois de septembre parce que plus vous attendez, Il est préférable de recevoir ce vaccin vers le

OMA'l sh esticibem mediciles de l'AMO. cin contre la grippe, déclare le Dr Ted Boadway, il est important de recevoir chaque année le vac-« Je ne peux jamais dire trop souvent combien Demandez les conseils de votre médecin.

> La première tâche des chefs de services Kathryn Oper, region de Windsor. Douglas Jackson, région de Waterloo, et

> Bay, Lianne Carnwath, région de Toronto, Micheal (Mick) Peters, région de Thunder Maureen Lacroix, région de Sudbury, Dennis Ferenc, région de Peterborough, Bay, Pierre Lalonde, région d'Ottawa, de Mississauga, Ron Book, région de North Niagara, Michel Tremblay, région de North Ure, région de London, Brenda Elias, région Catherine Dunne, région de Kingston, Gail Karen Robinson, région de Hamilton,

> vantes : Jack Harmer, région de Barrie, Les personnes nommées sont les sui-

> et des connaissances étendues dans ce

chefs de services possèdent une expérience

personnes physiquement handicapées. Ces

longue durée pour les personnes âgées et les

la mise en oeuvre de la réforme des soins de

et les fournisseurs de services pour assurer

groupes communautaires, les municipalités

de services travailleront de concert avec les

bureaux partout dans la province. Ces chefs

tien communautaires qui établiront des

nomination de 14 chefs des services de sou-

longue durée vient d'être franchie par la

Une autre étape de la réforme des soins de

progresse

oprub ougaol ob saios

La réforme des

agées sont invitées à y participer. mencer plus tard cet automne. Les personnes Les réunions de consultation doivent comrapportant à la mise en oeuvre de la réforme. local de consultation et de planification se d'utilisateurs pour coordonner le processus de même que les groupes de professionnels et santé et de services sociaux, les organismes, municipalités, les fournisseurs de services de nautaires, les conseils régionaux de santé, les du ministère des Services sociaux et commusera de collaborer avec les bureaux régionaux

atteindront 460 millions de dollars. annuelles de la province à ce chapitre l'année financière 1996-1997, les dépenses et des services sociaux au niveau local. D'ici plus grande intégration des services de santé Ces changements favoriseront également une ment handicapées à vivre de façon autonome. personnes âgées et les personnes physiquevisant à appuyer les organismes qui aident les l'expansion de services communautaires La nouvelle approche prévoit la création et